Nr. 8. Kraków, 15 Lipca 1909. Rok VIII.

PRZEGLĄD ZDROJOWO-KĄPIELOWY

i

Przewodnik turystyczny

ORGAN I WŁASNOŚĆ POLSKIEGO TOWARZYSTWA BALNEOLOGICZNEGO.

Czasopismo ilustrowane. — Wychodzi od 15-go kwietnia do 1-go października

pod redakcyą

Dra Jana Frączkiewicza, Dra Zenona Pelczara, Dra Zygmunta Wąsowicza i Dra Józefa Zanietowskiego.

Redakcya: **Kraków, Jabłonowskich 2.** Tel. 2016/VIII. Administracya: **Kraków, Rynek 34.** Telefon 785.

Prenumeratę przyjmują księgarnie i Zarządy zdrojowe.

Warunki prenumeraty z przesyłką pocztową:

	w Austryi	w Niemczech	w Król. Pol. i Rosyi.
Rocznie	6 K — h.	6 Mk — fen.	3 Rb — kop.

„Przegląd zdrojowo-kąpielowy" znajduje się w pociągach osobowych i pospiesznych oraz we wszystkich kawiarniach, cukierniach, hotelach i restauracyach. P. T. Lekarzom w Galicyi, W. Ks. Poznańskiem i Królestwie Polskiem Przegląd rozsyła się bezpłatnie.

Ceny ogłoszeń:

Ogłoszenia za 1 wiersz petitowy lub jego miejsce 40 h. Nadesłane za wiersz garmondu lub jego miejsce 1 kor.

Ogłoszenia prócz Administracyi przyjmuje R. Mosse i Haassenstein w Wiedniu.

Numer Żegiestowski.

Popierajmy polskie zdrojowiska i uzdrowiska!

I. Solanki:

a) **pojedyncze:**
Birsztany, Druskieniki, Rymanów (zdr. Klaudyi).

b) **jodowo-bromowe:**
Ciechocinek, Iwonicz, Rabka, Rymanów (zdrój Celestyny i Tytusa).

c) **litowe:**
Iwonicz, Rymanów.

d) **żoły (zgęszczone):**
Ciechocinek, Rabka, Truskawiec.

II. Wody gorżkie:

Morszyn.

III. Wody siarczane:

Busko, Krzeszowice, Lubień, Niemirów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.

IV. Szczawy

a) **alkaliczne:**
Głębokie.

b) **alkaliczno-słone:**
Krościenko n. Dunajcem, Szczawnica, Wysowa.

c) **wapniowe:**
Drużbaki, Nałęczów.

d) **żelaziste:**
Krynica, Nałęczów, Sławinek, Szczawnica, Wysowa, Żegiestów.

V. Cieplice:

Jaszczurówka koło Zakopanego.

VI. Kąpiele morskie:

Połąga.

VII. Uzdrowiska i stacye klimatyczne:

a) **górskie i podgórskie:**
Bystra, Delatyn, Dora, Jaremcze, Jaworze, Kosów, Ojców, Ustroń, Wisła, Worochta, Zakopane, Zawoja.

b) **nizinne:**
Czarniecka Góra, Grodzisk, Otwock, Sassów, Sławuta.

Dr. TYMOTEUSZ PIOTROWSKI.

Żegiestów.

Mając opisywać historyczny rozwój Żegiestowa, nie można wprost pominąć choćby w krótkiej wzmiance historyi zakątka tej dawnej ziemi Polski, w której Żegiestów leży, to jest nie wspomnieć o Spiżu. Jest to część dawnej Polski tylu wypadkami zapisana w historyi narodu naszego. Przez Spiż prowadziła główna arterya komunikacyjna między Polską a Węgrami. Jak ważnym był ten trakt komunikacyjny, dowodem liczne wzdłuż niego pozostałe zamki, dziś prawie wszystkie w gruzach leżące, jak Czchów, Rytro, Muszyna, Lubownia, Podoliniec. Przez Spiż powraca do Polski po skutecznej obronie Częstochowy w czasie inwazyi Szwedów Jan Kazimierz, u stóp góry zamkowej Lubowni, wita powracającego króla Lubomirski, i liczne



zastępy wojowników pieśnią wyrażającą nienawiść do wroga i najezdcy, przytoczoną przez Sienkiewicza, a zaczynającą się:

Sieczże Szwedów siecz,
Wyostrzywszy miecz.
Bijże Szwedów bij
Wziąwszy tęgi kij. itd.

I jak wówczas pieśń ta w ustach tej garstki obrońców ojczyzny, wzbudziła zapał do obrony w całym narodzie, oby i dziś mogła pobudzić społeczeństwo nasze do walki z wrogiem, odbierającym nam ziemię dziedziczną, i mowę ojców naszych, do walki nie orężnej, ale do walki ekonomicznej przez bojkot wszystkiego, co pruskie.

Obyśmy dziś w walce bojkotu tego, co pruskie, pamiętali także i o bojkocie zdrojowisk niemieckich. Wzbogacając siebie samych, tem łatwiej zbierzemy miliony do wspólnej obrony. A więc do walki i na tem polu.

Psujże niemcom psuj,
Bo każdy z nich zbój,
Dochody z ich badów,
Tych hakaty gadów,
Za grosz Ci zabrany,
Na Chrystusa rany,
Znów Twej ziemi kawał
Będzie swoim dawał.

Wspieraj przemysł swój,
Żegiestowski zdrój
Lub inne zdroje,
Bo są przecież swoje.

Jak się dowiadujemy z dokumentu Leszka Czarnego, z r. 1244, niejaki Wisson darował wsie leżące obok Muszyny biskupom krakowskim. Dobra te powiększył Władysław Jagiełło w r. 1391, włączając wsie od Piwniczny do dóbr biskupich. Prócz kilku niewielkich wsi całe dobra biskupie były niedostępną puszczą, — dlatego biskupi krakowscy starali się zaludnić te okolice, nadając osiedleńcom różne przywileje. I tak Samuel Maciejowski 1547 nadaje prawo osiedlenia się Durkowi w miejscu dzisiejszej Krynicy, Franciszek Krasiński 1575 pozwala Hawryle Juraszkowi założyć wieś Żegiestów.

W sąsiedztwie wsi Żegiestowa, wśród wąwozu między górami Czerszlą i Kiczerą wytryskało źródło w 17-ym wieku, znane już ludowi wsi okolicznych, jako woda kwaśna w niektórych cierpieniach bardzo skuteczna.

Że źródeł wód mineralnych było w ziemi spiskiej więcej, spotykamy wzmiankę w dziele Rzączyńskiego 1721 (Historia naturalis curiosa regni Poloniae): „w Muszyńskich dobrach biskupów krakowskich znajdują się podobno szczawy, ale nie zbyt rozpowszechnione“. Żadne jednak źródło nie było badane ani do celów leczniczych zastosowane, dopiero po upadku Polski i zabraniu przez rząd dóbr biskupich 1783, zwrócono uwagę na źródła Krynickie, przeprowadzono później ich badania i stworzono zakład. W roku 1846, obywatel Muszyny p. Ignacy Medwecki, poszukując w górach rudy żelaznej, znalazł dawno znane źródło wody mineralnej w okolicy wsi Żegiestowa wytryskujące w środku małego potoczku. Oddzielając wodę potoku od źródła, przy przekopywaniu nowego koryta, natrafił na źródło drugie, znacznie od pierwszego wydatniejsze. Źródło to nowo odkryte nazwał Anną, podczas gdy pierwsze znane było ludowi pod imieniem Maryi. Badania w r. 1848 dokonane przez prof. chemii Karola Mohra, ale tylko zdroju Anny, wykazało, że jest to silna szczawa żelazista, że ma wszystkie własności wód leczniczych. To skłoniło odkrywcę do wykupienia gruntów; pobudowania domów i łazienek dla kuracyuszy. Tak więc rok 1850 możemy przyjąć jako początek powstania zakładu, — w tym czasie odkryto trzecie źródło nazwane Antoni. Mimo uciążliwej drogi, bo 15 mil końmi, drogi prowadzącej przez Krynicę, zdrojowisko starsze lepiej zagospodarowane, ilość kuracyuszów ciągle się zwiększała i zakład szybko się rozwijał. Chlubne wzmianki o Żegiestowie i jego znakomitych wodach podaje Skobel 1857 i prof. Dietl 1864. — Z rokiem 1868 przechodzi Żegiestów w ręce p. Karola Medweckiego, ten poleca przeprowadzić przedewszystkiem nowy rozbiór wód; dokonuje tego 1869 prof. Aleksandrowicz, ale dokonuje tylko rozbioru wody zdroju Anny, innych nie badając, poleca zasypać, co niestety zostało dokonane, pomimo, iż lud miejscowy utrzymuje, że smak wody ze zdroju Maryi i skutek był inny. Następcy późniejsi i obecni właściciele nie wia-

domo, — czy z konserwatyzmu, czy z obawy obrazy ducha zmarłego profesora, rozkaz jego spełniając święcie, i odkryć źródeł nie usiłują, pomimo iż każde zdrojowisko stara się o jak największą ilość wody, jak największą ilość źródeł — a wprost jest dobrodziejstwem zdrojowiska, jeżeli ma zdroje o różnym składzie.

Z chwilą otwarcia kolei Tarnowsko - Leluchowskiej i powstania stacyi w Żegiestowie, zakład szybko się podnosi i dochodzi do wielkiego rozkwitu między rokiem 1880—95. Później skutkiem przejścia po śmierci właściciela na spadkobierców podupada, broni go od upadku usilnie i z całym poświęceniem ostatni właściciel p. J. Krynicki, ale klęski elementarne i pożar sprowadzają katastrofę przechodzącą siły jednego człowieka, — sprzedaje więc Żegiestów nowej spółce, która go posiada lat dwa. Zadaniem spółki było — to co zniszczało naprawić, a nadto porobić nowe celowe inwestycye. Z zadania tego wywiązali się nowi właściciele jak na tak krótki czas, bardzo chlubnie, przedewszystkiem odbudowali domy spalone, uzupełnili braki w domach pozostałych, pobudowali nowe zbiorniki na wodę, porobili łazienki. Z inwestycyi nowych wprowadzili rzecz najważniejszą i najpotrzebniejszą t. j. kanalizacyę w całym zakładzie, wodociągi wody zwykłej i wszystkie wille zaopatrzyli w wychodki spłukiwane wodą, oświetlili deptaki elektrycznie. Oby tylko wytrwali w pracy podjętej, starając się co roku o ulepszenia i nowe budynki, a wkrótce Żegiestów zajmie takie miejsce, jakie mu się wśród zdrojowisk naszych zająć należy na podstawie 50-letniego istnienia, ślicznego położenia i znakomitych wód.

Woda żegiestowska jest szczawą żelazisto-magnowo-wapienną, czysta jak kryształ o ciepłocie + 8·6° Celesiusza, nasycona ogromną ilością bezwodnika węglowego, ma smak orzeźwiający kwaskowaty. Źródło ujęte w cembrzynę kamienną, wytryska ze skały 2 metry poniżej cementowej podłogi deptaku. Dojście do źródła zamyka żelazna balustrada.

Słup wody 80 ctm. wysokości, wydajność źródła na dobę 64.500 litrów. Rozbiory poprzednie jak i ostatni rozbiór wykonany przez prof. Trochanowskiego, nie wykryły żadnej zmiany w składzie wód. Według ostatniego rozbioru:

Chlorku potasowego	0·0024640
Siarkanu potasowego	0·0071508
„ sodowego	0·0016470
Dwuwęglanu litowego	0·0266550
„ sodowego	0·0317730
„ wapniowego	1·7113930
„ strontowego	0·0010090
„ barowego	0·0022890
„ magnowego	0·8494370
„ żelazawego	0·0511150
„ manganawego	0·0026630
Fosforanu glinowego	0·0007881
Mrówkanu sodowego	0·0005830
Krzemianu sodowego	0·0691570
Bezwodnika węglowego istotnie wolnego CO^2	2·9649108
Ogółem wszelkich składników	5·7232347
Ciał organicznych nie lotnych	ślad
„ „ lotnych	ślad
Ciężar gatunkowy	1·00188
Ciepłota wody	8·6° Cels.

Kwas węglowy istotnie wolny według objętości 1000 cent. sz. wody zawiera . . . . 1564/56 cent. sz.

Wodę do kąpieli prowadzi się rurami wprost ze źródła do zbiorników betonowych zasklepionych, skutkiem czego nie traci nic kwasu węglowego. Ze zbiorników własnem ciśnieniem wpływa do wanien, w których dopiero ulega ogrzewaniu metodą Schwarza. Dzięki temu, iż przez całą drogę do wanny woda nie styka się prawie z powietrzem. Dzięki systemowi ogrzewania, kąpiele posiadają całą ogromną ilość zawartego w wodzie żegiestowskiej kwasu węglowego. Dom łaziebny posiada wanny w obu klasach metalowe, ściany do pewnej wysokości lakierowane, prócz gabinetów na kąpiele mineralne i borowinowe są nadto 3 gabinety zaopatrzone w przybory potrzebne do wykonywania procedur hydropatycznych, obsługiwane przez specyalnie do tego utrzymywaną rutynowaną służbę.

Prócz łazienek mineralnych znajdują się łazienki w kilkunastu kabinach nad Popradem, z których prowadzą


Żegiestów. Dolina Popradu i tor. kolejowy.

schody na duży drewniany pomost leżący na wodzie, do którego przymocowane są drągi sięgające do środka rzeki, a służące do trzymania się kąpiących, gdyż wobec bardzo silnego prądu wody, kąpiel w Popradzie bez trzymania się, jest niemożliwą. Ciepłota wody waha się między 14 a 22° Celsiusza, przeciętnie wynosi 17°.

W ostatnim roku urządzono w miejscu niewidocznem dla spacerujących, a oświetlonem przez promienie słońca od wczesnego ranku aż do zachodu słońca, kąpiele słoneczno-powietrzne.

W odległości 3 klm. od zakładu znajdują się rozległe pokłady borowiny, których skład według rozbioru prof. Trochanowskiego jest następujący:

Składników we wodzie rozpuszczalnych . .	1·9292%
Z tego składników rozp. organicznych . . .	0·5780 „
Składników rozpuszczalnych nieorganicznych .	1·3512 „

Skład borowiny suszonej przy + 100 C.

Wody od 100—150 Cel.	3·4800%
Kwasu humusowego	11·8398 „
Żywicy, wosku	0·7960 „
Azotu wogóle	1·4127 „
Węgla i innych ciał	26·2496 „
Ciał organicznych wogóle	43·7782 „
Ciał nieorganicznych (popiołu)	56·2217 „

Popiół borowiny zawiera:

Składników rozp. w kwasie solnym (HCl)		15·571%

Składniki rozpuszczalne:

Tlenku potasowego		0·8213%
„ sodowego		0·5184 „
„ wapniowego		3·8806 „
„ magnowego		0·7366 „
„ żelazowego		1·9716 „
„ glinowego		4·2628 „
Kwasu krzemowego		0·956 gr.
„ siarkowego		2·008 „
„ fosforowego		0·348 „
Ciężar gatunkowy	1·682457	1·83052 „

Przyrządzanie kąpieli borowinowych jest takie jak i w innych zdrojowiskach, t. j. w drewnianych wannach lakierowanych, na kółkach, rozrabia się sianą borowinę ciepłą wodą i ogrzewa parą pod ciśnieniem kilku atmosfer. Wannę z przyrządzoną kąpielą wtacza się do gabinetów, w których znajdują się wanny z ciepłą wodą, służące do obmycia. Prócz kąpieli pełnych, nasiadowych i nożnych, sporządza się także okłady borowinowe.


Żegiestów. Deptak w domu zdrojowym.

Z innych środków leczniczych stosowane bywa leczenie terenowe, żętycą, poziomkami, nadto wykonują się potrzebne zabiegi elektryczne i mięsienie.

Wody żegiestowskie działają na organizm ludzki orzeźwiająco i wzmacniająco, są więc wskazane tam, gdzie czynność pewnego organu lub pewnej grupy organów ustała, dalej, gdzie należy odżywienie pojedynczych organów poprawić, nieprawidłową pobudliwość usunąć i stan normalny sprowadzić. A więc wskazane będą w chorobach:

a) krwi, błednicy, zołzach, krzywicy i skorbucie;
b) przewlekłych chorobach żołądka i jelit;
c) przy obrzmieniu wątroby i śledziony;
d) przy nerwicy ogólnej i przewlekłych chorobach nerwowych;
e) chorobach przemiany materyi jak otyłość, moczówka, cukrówka, dna i t. d.;
f) w chorobach kobiecych: zboczenia w miesiączkowaniu, przewlekłe nieżyty, zmiany w położeniu, zmiany chorobowe przydatków, przewlekłe zmiany pozapalne;
g) w niedokrewności, pochodzącej z nadmiernego zmęczenia cielesnego i umysłowego; w upadku sił po krwotokach jak i po chorobach zakaźnych; w niedokrewności następowej po uporczywej zimnicy;
h) jako leczenie następowe po Karlsbadzie, Marienbadzie i t. p.

W samym zakładzie stacya kolei państwowej (tarnowsko-leluchowskiej). Wygodne połączenie z główną linią Kraków-Lwów, tak, że z Krakowa w 6, a ze Lwowa w 10 godzin przybyć można na miejsce. W sezonie 4 pociągi w jedną i 4 w drugą stronę, przy pociągach nocnych wagony wprost, nie wymagające przesiadania się w Tarnowie. Na stacyi portyer, który udziela wszelkich informacyi, wóz pod rzeczy i dla osób osłabionych powóz. Z Warszawy i Królestwa Polskiego przez Granicę, Kraków.

Zakład posiada 230 pokoi, bądź skromnie, bądź z komfortem urządzonych, na wszystkich korytarzach wodociągi i oświetlenie elektryczne. Pokoje całkowicie umeblowane, łóżka z materacami, nie posiadają tylko pościeli tj. poduszek i kołder, których na żądanie zarząd dostarcza.

Cena pomieszkań 2—5 koron uwidoczniona w każdym pokoju, oznacza czas najmu dzienny wraz z obsługą. W sezonie pierwszym i ostatnim, od ceny tej jak i ceny kąpieli jest 30% opustu.

W kilku willach istnieją kuchnie do użytku gości, chcących prowadzić je we własnym zarządzie. Prócz willi w samym zakładzie istnieje kilka willi mniejszych na stacyi i we wsi Żegiestowie. W samym zakładzie dwie restauracye katolickie ze stałym cennikiem potraw, jedna żydowska, piekarz, sklep spożywczy, sklep masarski, nadto sklep towarów bławatnych i szklanych.

Kaplica murowana, nowa, w stylu gotyckim, w której dwa razy tygodniowo odprawia się nabożeństwo, w razie przybycia większej ilości księży nawet po kilka dziennie. Apteka zaopatrzona we wszystkie najnowsze leki, posiada na składzie wody mineralne, kosmetyki i wina lecznicze. Czytelnia zaopatrzona w dzienniki krajowe i zagraniczne.

Biblioteka, wydająca książki do pomieszkań za opłatą 2 koron za cały czas pobytu.

Bilard, fortepian, krokiet, lawn-tennis.

Urząd pocztowy i telegraficzny, masażyści, cyrulik, fryzer, szewc, pralnia — w miejscu.

Rozrywki, spacery i wycieczki.

Koncerta muzyki zakładowej dwa razy dnia przy źródle, dwa razy w tydzień wieczorem w restauracyach, sobotnie zabawy tańcujące w domu zdrojowym. Kilka przez sezon koncertów pierwszorzędnych artystów, chórów śpiewackich, przedstawień i wieczorków humorystycznych. Prześliczna okolica otaczająca sam zakład, gęsto zalesiona, z wygodnemi ścieżkami po stokach gór, dozwala korzystać ze spacerów już w obrębie zakładu. Dla amatorów rybołostwa łowienie pstrągów w Popradzie. Do miejsc wycieczek bliższych, nie męczących, dla łatwiejszego oryentowania się w drodze, są na drzewach wzdłuż drogi porobione kolorowe znaki, których objaśnienia znajdują się w czytelni.

1. Wycieczka do Krzyża wygodną drogą leśną na szczyt (604 m. n. p. m.), gdzie znajduje się olbrzymi krzyż, o którym wspomina prof. Skobel już w roku 1856. Odległość $1^1/_2$ klm.

2. Na Łopatę polską — droga leśna wygodna, jest to półwysep utworzony przez zakręty Popradu, pokryty lasem, łąkami i polem ornem — znajdują się tu zabudowania gospodarskie, gdzie można dostać mleka. Odległość 2 klm.

3. Do tunelu — droga wygodna leśna. Tunel kolei państwowej 1200 mtr. długi u podnóża góry zalesionej, — nad wejściem do tunelu mała forteczka dla obrony tunelu. Odległość $1^1/_2$ klm.

4. Do kamienia Wandy. — Wśród gęstego lasu stercząca olbrzymia granitowa skała, na której wykuty napis: „Wando kocham Cię“.

5. Na Łopatę węgierską — po drugiej stronie Popradu zalesiony grzbiet wzgórza, z obu stron otoczonego Popradem, na szczycie (495 m. n. p. m.) znajduje się t. zw. siodełko. Jest to płaski szczyt skały $^1/_2$ mtr. □, wznoszący się pionowo 26 mtr. nad brzegiem Popradu.

Na Łopatę węgierską przewozi się gości przez Poprad na wygodnej tratwie. Odległość $1^1/_2$ klm. Szczyt grupy gór zwanej „Makowiska“ o kilku szczytach, leżącej na stronie węgierskiej między Popradem i dwoma dopływami Lipnikiem i Kamincą.

6. Do wsi Żegiestowa drogą równą słoneczną wzdłuż Popradu. Duża wieś górska do 1500 mieszkańców, leżąca w wąwozie na przestrzeni 6 klm. po obu brzegach dopływu Popradu. W środku wsi cerkiew i szkoła. Odległość 2 klm.

7. Stacya główna Żegiestów. — Droga wygodna ponad Popradem, liczne wille zamieszkałe przez kuracyuszów. Odległość $2^1/_2$ klm.

8. Do Sulima, źródeł szczawy alkalicznej, położonych na Węgrzech, dostać się można od stacyi głównej Żegiestów, łódką przez Poprad, lub przeprawić się naprzeciw zdroju tratwą na Łopatę węgierską i z tej łąkami wzdłuż Popradu. Odległość 3 klm.

9. Do Andrzejówki, wsi położonej po drugiej stronie tunelu, we wsi cerkiew i wygodny dom zajezdny. Odległość 4 klm.

10. Do Lipnika, dużej wsi po stronie węgierskiej, wygodną drogą przez Łopatę węgierską, lub łódką przez Poprad po drugiej stronie tunelu. Odległość $4^1/_2$ klm.

11. Na szczyt nad zakładem Czerszla, droga męcząca pod górę (710 m. n. p. m.), skąd wspaniały widok na szczyty Tatr, zwłaszcza przed zachodem słońca. Odległość 1 klm.

12. Na polanki i do źródeł Szczawnika, droga nie bardzo męcząca w kilku miejscach nierówna, w dalszym przedłużeniu wąwozu zakładowego. Wśród szczytów zalesionych rozległe tarasowate polanki, z dwoma źródłami wody słodkiej, które tworzą potoczek Szczawnikiem zwany, przepływający przez zakład. Odległość 1 klm.

13. Do trzech kopców, jest to szczyt góry zwanej „Skalny Zdziar“ (786 m. n. p. m.), ponad polankami, gdzie trzy duże kopce stanowią granice trzech sąsiadujących gmin, wspaniała panorama licznych szczytów po stronie galicyjskiej i węgierskiej. Odległość 3 klm.

14. Wilcze zręby, droga z początku męcząca, potem równa, grzbietem góry „Kiczera“ przez las i liczne polanki do zrębów, obfitujących w owoce leśne i przepełnionych zwierzyną. Najwyższe wzniesienie 762 m. Odległość $2^1/_2$ klm.

Z dalszych wycieczek:

15. Koleją do Muszyny a stąd końmi do Krynicy. Wycieczka jednodniowa. Można odbyć tę samą drogę wprost końmi.

16. Koleją do Bardyowa — zakład kąpielowy — przez Preszów. Wycieczka dwudniowa, kosztowna.

17. Do Lubowni — zakład kąpielowy. Wycieczka końmi przez Lipnik lub koleją do Orlo, a stąd końmi przez Plawnice — fabryka serów owczych, do Lubowni lub wreszcie koleją do Piwniczny, a stąd końmi przez Mniszek. Obok zakładu miasteczko Lubownia i stary zamek, własność hr. Zamojskich. Wycieczka jednodniowa.

18. Do Drużbak — zakład kąpielowy, cieplica wapniowa, przez Piwniczną. Wycieczka dwudniowa.

19. Do groty zbójeckiej. W zalesionym stoku góry „Barnowska“ znajdują się ukryte duże groty, w których według podania ludowego przebywali zbójcy. Wycieczka jednodniowa z przewodnikiem.

20. Na wyższe szczyty, jak wierch Żubry 894 m. i Pusta wielka 1061 m. Wycieczka jednodniowa z przewodnikiem.




Żegiestów. Willa na ...

Dr. JÓZEF ZANIETOWSKI (junior).

Swoszowice.

Swoszowice posiadają dwa źródła, t. zw. „zdrój główny i zdrój Napoleona“. — Woda z pierwszego zawiera według rozbioru prof. Olszewskiego, w 1000 częściach:

Chlorku sodowego	0·00587
Siarkanu sodowego	0·08251
„ litowego	ślad
„ magnowego	0·53583
„ wapniowego	0·95772
Węglanu wapniowego	0·56816
„ żelazowego	0·00746
„ manganowego	ślad
Bezwodnika krzemowego	0·03320
Ciał organicznych i straty	0·10406
Składników stałych	2·29491
Siarkowodoru	0·04523
Bezwodnika węglowego	0·17462

Jeżeli tabelę powyższą porównamy z tabelami poda-

nymi w Balneoterapii Prof. Dr L. Korczyńskiego i innych dziełach, przekonamy się, że siarkowodoru znajduje się:

w Swoszowicach	0·045
w Mehadyi	0·025
w Piszczanach	0·015
w Trenczynie	0·002
w Akwisgranie	0·038
w Badenie pod Wiedniem	0·011

Woda swoszowicka mieści w sobie, jak widać z powyższej tabeli, znaczną ilość skutecznych składników stałych i gazów, ogrzewana zaś parą w szczelnie zamkniętych zbiornikach i doprowadzona do wanien rurami dokładnie połączonemi, wyróżnia się wybitnie od innych wód siarczanych pod względem skuteczności gazów leczniczo działających.



Wprawdzie istnieje przesąd, oparty na dawnych teoryach o „jus pontis“ i „jus terrae“, że zagraniczne cieplice siarczane są skuteczniejsze od polskich zimnych wód siarczanych, jednak mniemanie to jest z gruntu fałszywe, skuteczność bowiem wód siarczanych zależy głównie od zawartych w nich wolnych gazów, a więc siarkowodoru i bezwodnika węglowego, od stosunku składników stałych, od radioaktywności żył podskórnych itd. Wody o niskiej ciepłocie zawierają bez porównania większą ilość wolnych gazów, gdy przeciwnie, cieplice wskutek wysokiej temperatury gazy te tracą.

Po latach zaniedbania zaprowadzono nadto w roku ubiegłym, wskutek zmiany własności zdrojowiska, nowe urządzenie do ogrzewania wody, oraz sprawiono całkiem nowe zbiorniki, przewody i urządzenia, które pozwalają na wyzyskanie wszelkich sposobów leczniczego działania wody swoszowickiej. Używa się jej bądź to do zewnętrznych wcierań, bądź na wewnątrz jako napoju, według metody, opisanej przez S i m o n a w r. 1882, a zaniedbanej nieraz niesłusznie przez jego następców, bądź to wziewań i płukań według metod opisanych niedawno przez prof. H e u b n e r a (Balneol. Revue) a używanych oddawna w Cantarete, Eaux bonnes i innych zdrojowiskach francuskich — wreszcie do nowoczesnych celów Jonoterapii i Hydroelektroterapii. — (Metody Leduc'a i Frankenhausera i Dra Zanietowskiego). — Tam, gdzie leczenie wodą siarczaną ma się opierać na balneoterapeutycznym wpływie wody zimnej lub na potrójnym wpływie termicznym wody ciepłej, działającej kojąco, rozmiękczająco i drogą przekrwienia, lub wreszcie na podniecającym wpływie kąpieli gorących, tam wchodzą w grę zasadnicze prawa Termoterapii, któremi rozporządza sztuka lekarska. Używa się nadto wody swoszowickiej do natrysków w połączeniu z elektroterapią, do okładów i kąpiel mułowych.

Do chorób, leczonych od lat z pomyślnym skutkiem w Swoszowicach, należą, jak to wykazują sprawozdania zakładowe, następujące typy chorób:

1. Rozmaite postacie gośćca (reumatyzmu), jakoto: mięśniowy, skórny, powięzowy, okostny i stawowy. Leczy się je kąpielami siarczanemi i mułowemi w połączeniu z hydro- i elekroterapią. Choroby serca nie stanowią przeciwskazania, lecz zmuszają chorego do odpowiednich środków ostrożności, przepisanych przez lekarza.

2. Choroby skóry leczy się również kąpielami siarczanemi i mułowemi, zwłaszcza w połączeniu z kataforezą środków leczniczych.

3) Nieżyty gardła, krtani i tchawicy zależne od przekrwienia biernego (leczy się inhalacyami według metody francuskiej).

4) Lżejsze postacie zołzów i krzywicy.

5) Następstwa zranień i obrażeń.

6) Obrzęki kostninowe.

7) Porażenia i nerwobóle; leczy się je kąpielami siarczanemi w połączeniu z galwanizacyą i kąpielami faradycznemi o rzadkich przerwach. Zaleca się przytem picie wody swoszowickiej i zażywanie alkaliów.

8) Przewlekłe zatrucia metaliczne.

9) Różne odmiany kiły ogólnej.

10) Dna, czyli skaza moczanowa.

Swoszowice posiadają następujące urządzenia zdrojowe i pomocnicze środki lecznicze:

1) Wygodnie urządzony dom łazienny z 24 gabinetami.

2) Wziewnia (inhalatoryum).

3) Kąpiele mułowe i mułowo-borowinowe.

4) Kąpiele i tusze elektryczne z wody siarczanej i słodkiej.

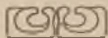
5) Kąpiele dwu i pięciokomorowe siarczano - elektryczne.

6) Okłady lokalne wodne i mułowe.

7) Gabinet elektroterapeutyczny z przyrządami do galwanizacyi, faradyzacyi, kondezacyi, masażu i elekromasażu, wśród których przyrządy własnego wynalazku Dra Zanietowskiego lekarza zdrojowego.



Ze względów klimatoterapeutycznych należy w końcu podkreślić, że Swoszowice posiadają obszerny park zakładowy, poprzecinany licznymi chodnikami i ścieżkami i odznaczający się pięknymi grupami starych drzew, słonecznymi trawnikami, zacisznemi ustroniami, gdzie liczne ławki ułatwiają wygodne przebywanie na wolnem powietrzu.



DR. LEON KOPFF,
ekarz rządowy c. k. Zakładu zdrojowego w Krynicy.

O zachowaniu się dyjetetyczném w czasie leczenia zdrojowego.

(Ciąg dalszy).

Czy i o ile leczenie kąpielowe i picie wód mineralnych w domu jest w stanie zastąpić tego rodzaju leczenie w zakładach zdrojowych, i jaka pora jest najstosowniejszą do przeprowadzania leczenia wodami mineralnemi?

Jak już wyżej wspomnieliśmy, zachowanie się odpowiednie w czasie leczenia wodami mineralnemi jest czynnikiem nader ważnym. W domu jednak zachować się odpowiednio do przepisów dyjetetyki zdrojowej i poleceń szczegółowych lekarza, to rzecz nie zawsze łatwa. Trzeba tutaj zmienić cały tryb życia codziennego, trzeba zaniechać wszelkich zatrudnień, usunąć wszelkie troski, jakiemi nas codzienna walka życia tak obficie obdziela, trzeba wyrzec się ulubionych niestrawnych potraw, korzeni, napojów wyskokowych, ograniczyć palenie tytoniu, odzwyczaić się od późno w noc przeciągającej się partyjki lub zabawy. Nie zmieniwszy miejsca pobytu, niewyrwawszy się z więzów nas krępujących towarzystwa codziennego, które nie lecząc się, nie życzy sobie, aby się kto z przyjętych praw zwyczajowych wyłamywał, rzecz to prawie niemożebna. A jeszcze gdzież w mieście, zwłaszcza większem, szukać tego ożywczego, świeżego powietrza, tych cudów przyrody zawsze w swej prostocie tak czarujących, tego spokoju, tego wszystkiego, czem nas zdrojowiska ku sobie pociągają? A więc za regułę uważać można, że leczenia zdrojowego, piciem wód mineralnych i kąpielami w domu stosowanemi zastąpić nie można.

Jednakowoż bywają wyjątkowe wskazania użycia leczenia kąpielowego w domu. Przedewszystkiem ma to miejsce w razach, gdy leczenie to jest wskazanem w porze nieodpowiedniej dla przedsiębrania podróży do zakładu kąpielowego. W takim razie polecamy picie wód mineralnych, procedury lżejsze hydropatyczne, kapiele słone, siarczane i t. p. w domu, uważając jednak najczęściej postępowanie tego rodzaju, jako leczenie przygotowawcze dla dalszej kuracyi w porze stosownej w zakładzie zdrojowym. Dalej polecamy niekiedy także picie wód mineralnych w lekkich przypadkach chorobowych w czasie pobytu na wsi dla odpoczynku.

Za bezwarunkowo niestosowne jednak uważać musimy i w tych wyjątkowych razach, metodyczne stosowanie wód mineralnych u ludzi, którzy będąc słabemi, oddają się zwykłym zajęciom. Tego rodzaju leczenie, w czasie którego nie może być mowy o odpowiedniem zachowaniu się, w czasie którego cały system nerwowy dalej ulega drażnieniu pracą codziennie mu nakładaną, skutku odnieść nie może.

Pora najodpowiedniejsza dla leczenia, zależną jest w pierwszym rzędzie od warunków klimatycznych danego zdrojowiska. Zazwyczaj dla największej części zakładów zdrojowych środkowej Europy, najstosowniejszą porą jest jest druga połowa Kwietnia, aż do końca Września. W kraju naszym, więcej na wpływ wiatrów północnych wystawionym, pora ta rozpoczyna się później, zazwyczaj 15 Maja lub 1 Czerwca i trwa do 15 lub 30 Września.



Porę tę najstosowniejszą dla leczenia wodami mineralnemi, zwaną sezonem, należy podzielić na okresy: wiosenny, letni i jesienny. Sezon wiosenny i jesienny charakteryzuje się przedewszystkiem chłodniejszem powietrzem i większym spokojem w zdrojowiskach, do których jeszcze nie zdążył najliczniejszy różnobarwny tłum chorych i zdrowych, zabawy szukających. Dlatego też Maj, Czerwiec i Wrzesień są najstosowniejszymi dla prowadzenia leczenia zdrojowego u osób otyłych, które nie znoszą upałów, szczególniej jeżeli przytem leczenie wymaga większego ruchu. Dalej korzystniejszą pora ta jest dla ludzi nerwowo bardzo drażliwych, szukających wytchnienia i odsunięcia się od zgiełku światowego, dla osób skłonnych do przekrwienia mózgu, dla chorych na żołądek, wątrobę lub śledzionę.

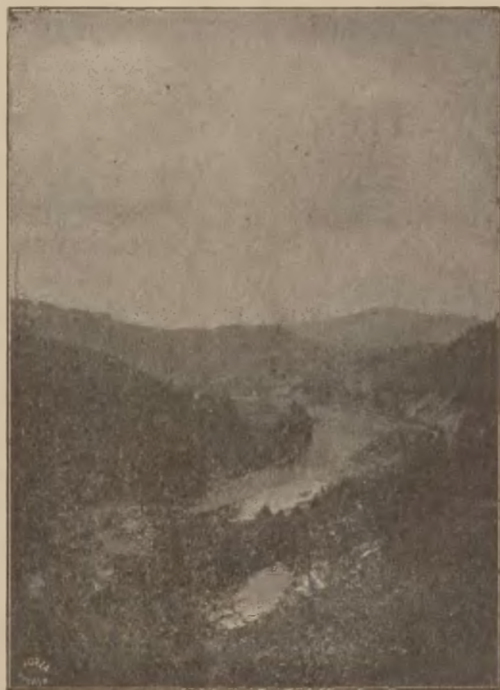
Również pora to jest bardzo korzystną dla leczenia chorób kobiecych, powikłanych z następowem rozdrażnieniem nerwowem.

Miesiące letnie, Lipiec i Sierpień stosowne są przedewszystkiem dla osób dotkniętych chorobami narządu oddechowego, u których ostre nieraz powietrze wiosenne i jesienne łatwo mogłoby sprowadzić przeziębienie i pogorszenie stanu chorobowego. Miesiące te również są stosowniejsze dla osób niedokrewnych, bardzo drażliwych na zimno i ostrzejsze zmiany powietrza. Cieplejsze powietrze miesięcy letnich, pobudzające skórę do potów i łatwiejszej transpiracyi bardzo sprzyja leczeniu reumatyzmów wszelkiego rodzaju, wielu chorób skórnych a także i moczówki cukrowej.

Ponieważ w miesiącach letnich zwykle ruch kąpielowy dosięga najwyższego rozwoju, życie towarzyskie, wycieczki i zabawy są w całej pełni, pora ta więc sto-

sowną jest dla leczenia hypochondryków, melancholików, ludzi, których trzeba oderwać od pogrążania się w samych sobie, od myśli smutnych, czy to nad własnym stanem chorobowym, czy też nad urojonemi nieszczęściami grożącemi otoczeniu, społeczeństwu etc. Z tych samych powodów miesiące letnie stosowniejsze są dla osób, których zwykłem zajęciem jest praca biurowa, ślęczące siedzenie nad papierami. Potrzebują oni prócz leczenia także rozrywki towarzystwa osób wesołych, potrzebują być porwani wirem zabaw, aby systemowi nerwowemu, wyczerpanemu pracą jednostronną, dostarczyć wrażeń nowych i tym sposobem obudzić w nim osłabioną energię.

W końcu uwzględnić tutaj potrzeba także przypadki, w których leczenie musi być więcej skombinowanem, u których po użyciu np. wód przeczyszczających, jako leczenie następowe wskazanym jest pobyt w kąpielach żelazistych,



Okolica Żegiestowa.

lub też kąpiele morskie, jako leczenie następowe po użyciu kąpieli żelazistych i t. p. Osoby potrzebujące tego rodzaju leczenia, powinny się udać już w końcu Maja do zakładów zdrojowych, aby na Sierpień mogły zdążyć do wód żelazistych lub też do kąpieli morskich.

Jakkolwiek sprawa kosztów leczenia do zakresu dyjetetyki zdrojowej nie należy, to muszę jeszcze tutaj nadmienić, że osoby wybierające się do zakładów zdrojowych, a zmuszone bardziej w wydatkach się oszczędzać, najlepiej zrobią, jeżeli dla leczenia przeznaczą miesiące wczesne, wiosenne, Kwiecień, Maj aż do pierwszej połowy Czerwca, lub też w jesieni koniec Sierpnia i cały Wrzesień, gdyż miesiące te są w zdrojowiskach tańsze. I mieszkania i kąpiele i wikt, a nawet wszystkie inne potrzeby wypadną przynajmniej o jedną piątą wydatków taniej niż w miesiącach letnich. Nieodpowiedniem zaś jest i dla leczenia bardzo szkodliwem, jeżeli osoby mniej zamożne, przybywszy do zdrojowiska w miesiącach najdroższych, robią oszczędności w wyborze stosownego i wygodnego pomieszkania, a co jeszcze gorsza w pożywieniu, zadawalniając się tylko najtańszemi potrawami, przeładowując się bułkami, jarzynami, serem i t. p., aby tylko nie wydać nic więcej poza kwotę, jaką budżet domowy rozporządzić zezwala.

(Ciąg dalszy nastąpi).



Dr. AUGUST KWAŚNICKI.

Karlsbad a Vichy.

Nie popełnimy wielkiego błędu, jeżeli wpływ wód mineralnych na organizm ludzki ciągle jeszcze uważać będziemy za zagadnienie nie zupełnie wyjaśnione, a lekarską działalność balneologów za przeważnie empiryczną. Jak długo lecznicza skuteczność wód obojętnych, pomimo garści promieni, rzuconych na tę sprawę w latach ostatnich, pozostaje dalej zagadką; jak długo wody sztuczne, zawierające te same ilości pierwiastków chemicznych, co wody mineralne rodzime, nie wywierają takiego samego wpływu leczniczego, co te ostatnie, tak długo odczuwać będziemy, że czegoś ważnego w działaniu balneoterapeutycznem wód mineralnych nie znamy. Oczywiście mamy tu na myśli nie kąpiele, dyetę, nie powietrze wiejskie, zwłaszcza górskie, nie wypoczynek, oderwanie się od pracy i trosk codziennego życia — słowem — nie całość tego, co nazywamy życiem uzdrowiskowem i zdrojowiskowem, lecz mówimy tylko o działaniu rodzimych wód mineralnych użytych na wewnątrz.

Uwagi te w szczególności dotyczyłyby wpływu wód na szybszą i dokładniejszą przemianę materyi, na prawdopodobne pobudzenie sprawności wydzielniczej tych z utajonem wydzielaniem gruczołów, które wytwarzają zaczyny życia i trwałości ustroju.

Wśród wód, regulujących zaburzoną przemianę materyi w organiźmie, naczelne, acz nie jedyne miejsce zajmują od wieków zdroje w Karlsbadzie i w Vichy. Ze względu na to, że terapia przeznacza do tych dwóch zdrojowisk szeroki zakres patologii ludzkiej, że w Karlsbadzie i w Vichy leczy się rocznie blisko po 100.000 chorych, godzi się zastanowić, czy oba te zdrojowiska, w których szukają uzdrowienia ludzie, cierpiący na takie same choroby, są identyczne pod względem składu chemicznego, klimatu, dyety, rozkładu czasu, leczenia, wpływu środowiska ludz-

kiego i czy nie istnieją wskazania lecznicze, nakazujące dać pierwszeństwo jednemu przed drugiem.

Porównywując jakość i ilość składników chemicznych wody karlsbadzkiej z takimiż wody Vichy, widzimy, że mineralizacya pierwszych jest bez porównania wyższą; ta przewaga polega na bogactwie zdrojów karlsbadzkich w sól glauberską (2,4 w litrze, w Vichy 0,27), oraz w sól kuchenną (1,4 w litrze wody karls., 0.57 w Vichy). Natomiast zdroje Vichy górują zawartością dwuwęglanu sodowego (5.82—7.55 na litr, gdy karlsbadzkie mają tylko 1.29). Najwyższa ciepłota wody karlsbadzkiej wynosi 73,18^0 C (Sprudel), w Vichy zaś 61^0 C (Source de Dôme); najniższa w Karlsbadzie 20,5^0 C (Kronprinzessin Stefanienquelle); najzimniejszem zaś ze źródeł Vichy jest zdrój Dubois (10^0 C). Największej więc uderzającą różnicą w składzie chemicznym porównywanych zdrojowisk polega na wielkiej obfitości siarkanu i chlorku sodowego w wodzie karlsbadzkiej, a dwuwęglanu sodowego w wodzie Vichy.

Warunki klimatyczne Karlsbadu a Vichy różnią się znacznie. Przewiewny wąwóz, w którym znajdują się zdroje karlsbadzkie, leży o 115 metrów wyżej od obszernej doliny Vichy, obstawionej górami Auwernii i Langwedocyi; a jeśli dodamy, że zdrojowisko Vichy ma położenie w stosunku do Karlsbadu o 4 stopnie geograficzne więcej południowe, że wyróżnia się obfitością dni słonecznych, suchych, cechujących umiarkowane południe francuskie, to w tym względzie, gdy się ma na oku jakość chorób, leczonych w tych dwóch zdrojowiskach, wyższość podniebia i długość sezonu w Vichy, chyba nie może ulegać wątpliwości.

Dyeta w Vichy jest znacznie odmienną od karlsbadzkiej. Leczący w Vichy jedzą dwa razy dziennie: o godz. 10-tej i o 6-tej. Tym sposobem zyskuje się tyle czasu na picie wód, że przerwy między kubkami mogą być jednogodzinowe, co bez wątpienia wpływa korzystnie na wynik działania tych zdrojów. A i jakość jadła jest wielce odmienną w Vichy: wielka obfitość jarzyn i owoców, znakomite ich przyrządzanie, bogactwo ryb, piękny drób i t. d. wreszcie sposób przyrządzania, obliczony na lekkostrawność czynią kuchnię w Vichy nader urozmaiconą, bardzo przystosowaną do wymagań schorzałych organizmów, stanowiącą nader ważny czynnik leczniczo-dyetetyczny w terapii wadliwej przemiany materyi.

Powszechnie znaną jest rzeczą jak nastrój duchowy potężnie wpływa na takie funkcye życiowe, jak sen, łaknienie, strawność. Znaczna liczba chorych w Karlsbadzie ulega smutkowi, przygnębieniu, chęci jak najrychlejszego wydostania się z tego zdrojowiska; dotyczy to przeważnie cierpiących na schorzenie wątroby i przewodu pokarmowego, a tłumaczy się po części zastoinową żółcią i produktami gnicia kiszkowego, (samozatrucia) po części zaś wpływem wody karlsbadzkiej na błonę śluzową przewodu pokarmowego. Sól glauberska, w którą tak obfitują zdroje karlsbadzkie, drażni schorzałą błonę śluzową kiszek; stąd powstaje uczucie gniecenia, przelewania, pełności, czasem zaparcia stolca, a częściej rozwolnienie z parciem. Temu stanowi towarzyszy upadek łaknienia, niespokojny sen, zamęt w głowie, przygnębienie. Przypadłości te zazwyczaj występują w pierwszym tygodniu leczenia, a jeśli do tego nastroju duchowego przyłączy się brak słońca, słota i chłód, gnębiący organizm niedokrewny, to chorzy tacy czują się bardzo nieszczęśliwymi, wprost rozpaczają. Najczęściej jednak w dalszem leczeniu, po pewnem przystosowaniu się organizmu i niektórych zmianach w ordynacyi, chorzy dokończają i z pożytkiem kuracyę, lecz są i tacy, którzy opuszczają Karlsbad, skarżąc się na klimat, na zdroje, a wreszcie i na ludzi. Bo niema chyba wątpliwości, że środowisko ludzkie wpływa potężnie na stan duszy człowieka, zwłaszcza chorego. Zdrojowisko karlsbadzkie zarozumiale mieni się „Weltbadem", w istocie niem nie jest: zarząd, miejscowi obywatele, a wreszcie dziewięć dziesiątych leczących się, czynią wszystko, ażeby Karlsbad uczynić przedewszystkiem zdrojowiskiem niemieckiem. Hotele, wille, ulice, ścieżki spacerowe noszą nazwy niemieckie o tendencyi politycznej (i to nie z dziejów Austryi), które rażą i prowokują nie tylko Polaka i każdego Słowianina, ale i Francuza, Duńczyka, a nawet Niemca, o ile jest dobrym austryakiem. Odbywają się tu festyny pangermańskie, że tu przytoczymy doroczny festyn na „Schulverein", przyczem w parku zakładowym córy Germanii wybierają składki na wrogie nam Towarzystwo. Nie! nie jest to światowem zdrojowisko, w którem nie dopuszcza się Słowianina do skrawka ziemi, w którem czeskiemu „Towarzystwu śpiewackiemu" za żadne pieniądze nie wynajmie się sali koncertowej, a jeśli na przedmieściu zdobędzie się estratę, to artystów i słuchaczów obrzuci się zgniłemi jajami. Owoż tych drażnień cudzoziemców w Vichy nie spotyka się, a każdy leczący się, a więc i Niemiec, jest tu zupełnie bezpieczny, że go nie spotka żadna aluzya polityczna, żadne nieposzanowanie jego narodowości, języka i t. d. My zaś, Polacy, stokroć więcej czujemy się na obczyźnie w Karlsbadzie niż w Vichy, pomimo, że to zdrojowisko francuskie znajduje się o pare tysięcy kilometrów dalej, niż Karlsbad. Widok tłumu francuskiego, sposób i układ jego bycia, temperament, gusta nie dają nam tego uczucia obczyzny, jakiego doświadczamy w Karlsbadzie i innych zdrojowiskach niemieckich; uczucie to jest nieuświadomione, jest wytworem wywołanym przez wrażenia; ale we Francyi jest nam zawsze mniej obco, mniej doświadczamy tu nastrojów nostalgicznych, niż w sąsiednich Niemczech. A przecież ten pogodny nastrój duchowy wpływa olbrzymio na skuteczność zdrojowego leczenia, zwłaszcza gdy idzie o tak ciężkie zaburzenia odżywcze, z któremi przybywają chorzy do Karlsbadu i do Vichy.

Z tego zestawienia składu chemicznego, wody, klimatu, dyety, oraz innych warunków leczenia w Vichy a w Karlsbadzie, dochodzimy do wniosku, że woda w Vichy w stosunku do Karlbadzkiej jest dla błony śluzowej przewodu pokarmowego o wiele łagodniejsza, mniej drażniąca, a to dzięki bardzo małej ilości siarkanu sodowego, w który obfitują znowu zdroje karlsbadzkie; że położenie

więcej południowe zdrojowiska Vichy czyni klimat tamtejszy łagodnym, suchym, ciepłym, słonecznym, a tem samem więcej sprzyja wielu leczącym się na choroby, wynikające z wadliwej przemiany materyi; że w Vichy znajdują się doskonałe warunki żywienia się, najwięcej odpowiadające dyecie, wymaganej dla chorych cierpiących na zaburzenia w narządzie trawiennym i w przemianie materyi; że pobyt w Vichy, dzięki przymiotom społeczeństwa francuskiego i wszystkim godziwym rozrywkom, jest stokroć weselszy i przyjemniejszy, a tańszy niż w Karlsbadzie, co przecież nie pozostaje bez wpływu na wyniki leczenia balneoterapeutycznego. A zatem chorzy cierpiący na wrażliwość błony śluzowej przewodu pokarmowego w przebiegu przewlekłego nieżytu jelit, którzy przebyli ciężką postać dyzenteryi lub ulegli takim zmianom anatomicznym, które sprowadziły następowe zrosty lub zwężenia bliznowate światła jelit, ci chorzy doskonale i z pożytkiem znoszą zdroje Vichy. Również czują się lepiej w Vichy niż w Karlsbadzie ludzie niedokrewni, nerwowi, marznący, cierpiący na dnę, na białkomocz, a to dzięki ciepłemu klimatowi i jasnemu podniebiu Vichy.

Indywidualizowanie chorych jest obowiązkiem klinicysty i koniecznym warunkiem skutecznej terapii. Weźmy dla przykładu Krynicę i Żegiestów. Krynica obok żelaza zawiera wapno, doskonały dodatek w leczeniu dzieci niedokrewnych a krzywiczych; dla innych zaś chorych, cierpiących na zaburzenia trawienia ten dodatek wapna jest nie tylko zbyteczny, ale i szkodliwy, bo niekorzystnie wpływa na funkcyę trawienia; chorzy ci doskonale natomiast znoszą wody żegiestowskie. To, co zachodzi w ordynowaniu jednej lub drugiej ze wspomnianych wód żelazistych, logicznie ma miejsce i przy wyborze polecającym leczenie w Karlsbadzie lub w Vichy; tych dwóch zdrojowisk nie można przeciwstawić, lecz na podstawie zbadania indywidualności chorego, należy wskazania do nich zróżniczkować.

Rzecz jasna, że dając pierwszeństwo zdrojom Vichy w pewnych określonych stanach patologicznych, nie mieliśmy w zamiarze targnąć się na uprzewilejowane stanowisko słynnych w całym świecie alkaliczno-glauberskich cieplic Karlsbadzkich i uszczuplać obszar zmian chorobowych, nadających się do skutecznego leczenia w Karlsbadzie: zamiarem naszym było wyłączyć pewien typ chorych, leczących się w Karlsbadzie, którzy według naszego osobistego doświadczenia i przekonania, znachodzą dla swojej patologicznej indywidualności daleko więcej warunków wyzdrowienia w Vichy, niż w Karlsbadzie.



GŁOSY PUBLICZNOŚCI.

Wiadomości bieżące.

Z Karlsbadu donoszą Kuryerowi warszawskiemu ku przestrodze publiczności polskiej, że od niejakiego czasu niepokoi tam gości kąpielowych banda rabusiów, dokonywając bardzo śmiałych rabunków.

Pani Ł. z Warszawy wyrwano z ręki, podczas przechadzki w lesie, portmonetkę z pieniędzmi. U innej rodaczki naszej zjawili się rabusie w mieszkaniu, w „Haus Humboldt", żądając okupu. Znanemu publicyście, p. Br. Bouffałowi, wyciągnięto z kieszeni, przy wyjściu z teatru, pugilares z kilkuset rublami i paszportem, który potem odesłano pocztą.

Co do tej ostatniej kradzieży, policya karlsbadzka aresztowała podobno jej sprawców w osobach dwóch żydów z Warszawy.

W Nałęczowie bawi już sporo gości, pomiędzy innymi wielu z Litwy i z Cesarstwa.

Zakład otrzymał oświetlenie elektryczne.

Zarząd stara się o przeprowadzenie linii tramwajowej do stacyi Nałęczów kolei nadwiślańskich. Sprawa ta będzie podobno wkrótce pomyślnie załatwiona.

W Krynicy. Pierwszy sezon skończył się z upływem miesiąca czerwca.

Wyniki tego sezonu pod względem frekwencyi osób i ilości wydanych kąpieli przedstawiają się następująco w porównaniu z sezonem pierwszym lat ubiegłych:

W I sezonie roku	Wynosiła frekwencya osób	Wydano kąpieli		
		mineralnych	borowinow.	hydropat.
1904	2.117	12.661	4.023	1.398
1905	2.624	14.145	4.999	1.605
1906	2.865	16.725	5.590	1.807
1907	3.117	19.425	5.585	1.221
1908	3.290	17.198	5.057	1.812
1909	3.066	18.596	5.041	1.535

Sezon drugi, głośny, ściągający do Krynicy pokaźne zastępy gości kąpielowych. Deptak zaroił sie setkami pięknych, strojnych pań.

Przygrywa muzyka... Doskonała kapela pod batutą dziarskiego Adama Wrońskiego. Płyną po deptaku, rozpływają się po parku rozmarzające tony walca, szemrzą melodye operowe czy kantyleny z modnych operetek. A kiedy pod pałeczką Wrońskiego zadźwięczą tony mazura, zamaszyste, szczero-polskie, to w piersiach rośnie serce, to żywiej i raźniej na duszy.

Statystyka pań czasem niedyskretna, mówi, że w Krynicy żywiołem przeważającym są panie. Na 100 kobiet w pełnym sezonie zaledwie mężczyzn 10. Mimo to jednak wesoło, braku płci silniejszej nie odczuwa się zbyt dotkliwie... A w sali balowej zawsze starczy tancerzy i to... wytrawnych.

Podwoje swe otworzył i w tym roku klub towarzyski w salonach swych skupiający doborowe towarzystwo krynickie. Za dni parę rozpoczną się i wieczorki taneczne środowe, na których bawić się można znakomicie. Prezesem klubu jest p. Erazm Świerczewski; konsul francuski, jeden z najruchliwszych gości sezonowych, niezrównany aranżer festynów, koncertów i innych zabaw.

Z stałych bywalców krynickich przybyli już wierni adoratorzy „królowej wód polskich" pp. Adam Krechowiecki, radca dworu Struszkiewicz, radca nam. Cieński, pp. Filipowski, mecenas Michalewski, i tyleż innych, że wymienianie nazwisk zbyt wieleby miejsca zajęło.

A pań pięknych w tym roku mnogo i znów, zdaje się kryniczanie sezonowi nie będą mogli zdecydować się, której z beaute's przyznać miano królowej.

Rozbiory wód. Pracownia naukowa warszawskiego Tow. lekarskiego ogłasza następującą odezwę:

„O własnościach leczniczych większości wód zdrojowych, o składzie ich i własnościach fizycznych wiadomości są tak skąpe, bądź przestarzałe, bądź żadne, że braki te stanowią poważną przeszkodę do rozwoju zakładów leczniczych krajowych. Istniejące co do niektórych źródeł analizy z lat ubiegłych nie odpowiadają ani składowi wody w czasie obecnym ze względu na możliwe zmiany w biegu dziesiątków lat, ani też współczesnym wymaganiom wiedzy analitycznej. Znajdujące się w kraju mnóstwo źródeł o składzie nieznanym, domaga się naukowego zbadania. Do rzędu podlegających badaniu źródeł zaliczyć trzeba nie tylko te, które są już eksploatowane, ale również bardzo wiele dotychczas zupełnie nieznanych, a mogących należeć do rzędu leczniczych i możliwie nie ustępujących wodom zagranicznym.

Dlatego też pracownia naukowa warszawskiego Towarzystwa lekarskiego, jako instytucya o zadaniach naukowo-społecznych, przedsięwzięła systematyczne badania wód źródlanych polskich w celu określenia ich szczegółowego, całkowitego składu, własności fizycznych i chemicznych, oraz badania chemicznego i bakteryologicznego wód wogóle do celów sanitarnych. Opłata za te analizy i badania przeznaczona jest na koszta wykonywania bezpłatnego rozbiorów wód źródlanych w tych wypadkach, kiedy właściciel (np. na gruntach włościańskich i t. p.) zapłacić kosztów tych nie może.

Po otrzymaniu odnośnego zawiadomienia, Pracownia naukowa wysyła przepisy, tyczące się sposobu zbierania wody do analizy, oraz szereg wskazówek niezbędnych do uwzględnienia przed rozpoczęciem badań, lub też wysyła specyalistę chemika do zebrania prób wody i potrzebnych informacyi na miejscu".

Kierownik Pracowni naukowej
Dr St. Serkowski.

Truskawiec w Galicyi. Na półkach księgarskich ukazało się prawdziwe dzieło, pod powyższym tytułem, którego autorem jest lekarz zakładowy Truskawca Dr Tadeusz Praschil (jest to już wydanie trzecie, lecz znacznie powiększone i uzupełnione).

Tak pod względem treści, jakoteż i wykwintnej zewnętrznej formy dzieło to stanowi po prostu ideał tego, co od takiego dzieła wymagać możemy — żadne z naszych zdrojowisk, ani uzdrowisk czemś podobnem poszczycić się nie może, widocznie Zarząd zdrojowy w Truskawcu, który nie szczędził kosztów na nakład tego dzieła, poznał nietylko swe własne, ale i ogólne dobro wynikające z tego rodzaju publikacyi. Bez dzieła tego nie może się obejść nawet i doświadczony lekarz wysyłający pacyentów do zdrojowiska, nie obejdzie kuracyusz udający się do Truskawca — zawiera bowiem opis, środki lecznicze, sposób działania, wskazania terapeutyczne i cennik zdrojowiska. Dzieło to można postawić za wzór innym tego rodzaju publikacyom.

J. F.

Redaktor odpowiedzialny:
Dr. Jan Frączkiewicz.

W Krynicy bawiło do 7 lipca 1909 r. 2086 rodzin, 2992 osób. **W Rabce** bawiło do 4 lipca 1909 r. 476 rodzin, 1591 osób. **W Truskawcu** bawiło do 1 lipca 1909 r. 1074 rodzin, 1458 osób. **W Szczawnicy** bawiło do 1 lipca 1909 r. 640 rodzin, 965 osób.